LAVADO DE MANOS

* El lavado de manos con jabón es una de las maneras más efectivas y económicas de prevenir enfermedades diarreicas y respiratorias.



LAVAR LAS MANOS SIEMPRE

LAVO SIEMPRE MIS MANOS

ANTES DE COMER

DESPUES DE TOCAR ANIMALES

DESPUES DE JUGAR

LUEGO DE IR AL BAÑO

DESPUES DE SONARME LA NARIZ

instrucciones para un correcto lavado de manos

Liquid Sound

www.liquid-sound.com.ar

Mójese las manos con agua y deposite en las palmas jabón líquido o...





...deposite en la palma de las manos secas una dosis de solución

Frótese las palmas de las manos entre sí y entrelazando los dedos.



Frótese cada palma contra el dorso de la otra mano y entrelazando los dedos.



Frótese las puntas de los dedos...



Alrededor de los pulgares...



Y las muñecas.



Enjuáguese las manos con agua y séqueselas con una toalla de un solo uso o...





...deje que la solución se seque sola.





IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL Y LAVADO DE MANOS.

Lic. ERICKA FONTENELLE

24-FEBRERO- 2015

10 METODOS PARA CONTRIBUIR CON TU HIGIENE

* 1-Lavarse las manos: para evitar que los gérmenes se propaguen.
* 2-Baño: es necesario para evitar bacterias que se forman en la piel.
* 3-Dientes: cepillarse al menos dos veces por día. Usar hilo dental.
* 4-Uñas: las uñas de manos y pies se deben cortar con regularidad.
* 5-Olor corporal: Para controlar el olor corporal se debe usar desodorante con poca o ninguna fragancia o sin alcohol.

10 MÉTODOS PARA CONTRIBUIR CON TU HIGIENE.

* 6-Vello corporal: usar hoja de afeitar limpias para evitar arañazos, desechar las hojas de afeitar después de usarlas al menos 3 veces.
* 7-Menstruación: los tampones y toallas sanitarias hay que cambiarlas al menos cada 4 horas para evitar el desarrollo de gérmenes.
* 8-Olor de los pies: Secar bien en medio de los dedos y usar talcos.
* 9-Vestimenta: Lavar la ropa de forma regular.
* 10:Heridas: cualquier cortadura, quemadura, lesión o raspadura se debe limpiar y vendar lo antes posible. Para evitar que se infecte.